ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Твой рецепт нужен всем!

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!®

№ 11 НОЯБРЬ 2009

Бурда-Украина

Лучшие рецепты наших читателей всего за 1,25 грн.*



МЯСО В ЖЕЛЕ
от Оксаны Царик из Днепропетровска с. 33



РЫБА НА КОВРИКЕ
от Л. Микульской из Кировоградской обл. с. 8



ПИРОГ "КОРОВКА"
от Катерины Головчук из Николаева с. 53



*рекомендуемая цена

УТКА ПО-ЦАРСКИ

Воскресный обед в гостях у семьи Старжинских из Киева с. 10–11

ЧИТАЙ В ЭТОМ НОМЕРЕ:



с. 17



с. 36



с. 56

Темы с обложки выделены цветом

Призы и конкурсы

Следующий номер журнала выйдет 17 ноября. Как всегда, он будет составлен из писем наших читателей-кулинаров. Присылай и ты рецепт и фото по адресу: 01033, Киев, а/я 186, "Люблю готовить!". В письме расскажи немного о себе и обязательно укажи свои паспортные данные, адрес с индексом, телефон, дату рождения и конкурсную рубрику. Авторов всех опубликованных рецептов ждет денежный приз — 50 гривен. Когда ты получишь его почтовым переводом, пожалуйста, напиши об этом в редакцию или сообщи нам по электронной почте: gotovte@burda.ua

ПРОВЕРЕНО ЛГ РЕДАКЦИЯ — Печать означает, что блюдо приготовлено редакцией по рецепту читателя.



Сотрудник редакции опытный шеф-повар Лариса Кавун

Дорогие друзья!

Чтобы готовить вкусно, не нужно быть профессиональным поваром, нужно просто с любовью относиться к кухне. Ведь как приятно угощать и делиться своими самыми вкусными рецептами с друзьями, соседями, знакомыми. Кулинария для многих это и хобби, и призвание, и стиль жизни, и творчество. Из ваших писем можно узнать много интересного, каждое письмо особенное и каждое дорого нам, потому что исполнено любовью не только к кулинарии, но и ко всем читателям. А так как не за горами зимние праздники и ваших рецептов накопилось много, мы решили порадовать вас новым спецвыпуском, который уже в продаже с 9 октября. Готовьте с любовью и будьте счастливы!



На обед и на ужин

На фото — Савченко Мария с готовым блюдом.

Татьяна Савченко, г. Донецк

Рыбные гнезда

ПОНАДОБИТСЯ

- 500 г филе рыбы (судак, горбуша, минтай)
- 0,5 батона
- 3–4 луковицы
- 500 мл молока
- 150 г твердого сыра
- 200 г майонеза
- зелень по вкусу
- соль
- перец
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук нарезать кубиками. Зелень измельчить. Сыр натереть на мелкой терке.

2. Рыбу почистить, вымыть, отделить филе от хребта, мелко нарезать.

3. Соединить и перемешать рыбу, лук, зелень. Посолить, поперчить по вкусу.

4. Батон нарезать ломтиками толщиной 2 см. Кусочки батона пропитать молоком, немного отжать.

5. Форму смазать маслом, выложить батон. В каждом кусочке сделать углубление (примять мякиш руками). В углубления выложить рыбу с луком. Смазать майонезом.

6. Запекать при 180 °С в течение 40–45 мин. Затем посыпать сыром, поставить в духовку еще на 5–7 мин.

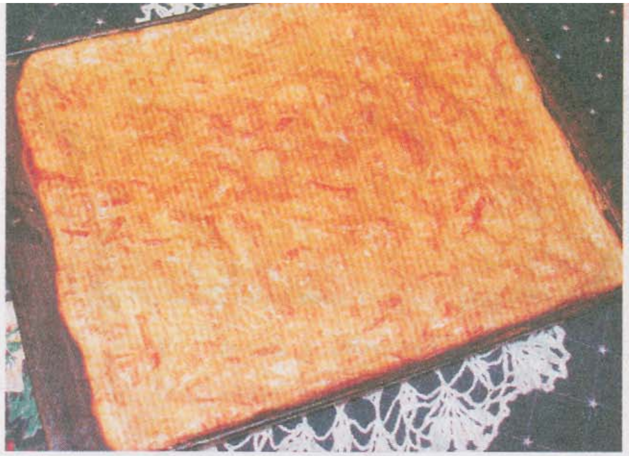
Лариса Кавун советует

- **Такие "гнезда" можно готовить с разными начинками: с грибами, мясом, ветчиной, отваренным яйцом и зеленью. Получаются мини-пиццы.**
- **Батон также можно смазать любым соусом или аджикой.**

КОНКУРС!



Какие блюда появляются на твоем столе в январе? Пришли нам рецепты вместе с фото. Посмотри и заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 50 грн.



Татьяна Хачко, г. Киев. **Без этого пирога не обходится ни одно застолье в нашей семье.**

Сырный пирог

ПОНАДОБИТСЯ

- 250 г твердого сыра; 250 г муки; 125 г сливочного масла; 6 яиц; 1,5 стак. воды; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В закипающую воду положить масло и соль. Довести до кипения. Снять с огня, добавить муку, перемешать до получения однородной массы. Опять поставить на огонь, помешивать, чтобы не пригорело. Когда тесто станет более сухим, снять кастрюлю с огня. Перемешивая, добавить одно за другим 5 яиц.

2. Сыр натереть на крупной терке, смешать с тестом, оставив 2 ст. л. сыра.

3. Выложить тесто на смазанный маслом противень, смазать взбитым яйцом, выложить сверху оставшийся сыр. Выпекать в духовке 40 мин при 160–180 °С.

Гаряча закуска "Свинина в раю"

Тетяна Мартинюк, м. Коломия, Івано-Франківська обл.



ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг. свинини; 1 цибулина; 150 г чорнослива; 0,5 скл. грецьких горіхів; росл. олія

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. М'ясо нарізати на стейки, відбити. Горіхи натерти на терці. Нарізати цибулю кільцями, обсмажити на росл. олії.

2. Скласти в кастрюлю м'ясо, нарізаний чорнослив, цибулю і горіхи.

3. Запікати в духовці протягом 50 хв при 200 °С.

Пастельчики

Наталья Садкова, г. Симферополь. **Это наше семейное блюдо.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 1 яйцо; 250 г маргарина; соль, перец; 1 ст. л. уксуса; 1 стак. воды; 1 кг муки; 0,5 кг свинины; пучок укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В воду вбить яйцо, добавить немного соли и уксус, взбить. Растереть муку с маргарином, влить воду с яйцом. Замесить тесто. Поставить его в холодильник минимум на 2 ч.

2. Приготовить начинку. Пропустить мясо через мясорубку, добавить нарезанный лук, зелень, соль, перец, 2 ст. л. майонеза, хорошо перемешать.

3. Раскатать тесто кружочками размером с блюдце. Выложить на нижний кусочек теста начинку, накрыть другим кусочком, защепить края, сделать дырочку с одной стороны по центру.

4. Выпекать в духовке в течение 20–30 мин при 180–200 °С.



Плачинда

Александра Воробьева, г. Бердянск, Запорожская обл. **Вкусно!**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 средняя тыква; 0,5 л. воды; 1 кг муки; 1 яйцо; 1 ч. л. соли; 1 ч. л. соды; 2 ст. л. сахара; 2 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. **Приготовить начинку.** Очистить тыкву от кожуры и семечек,натереть на крупной терке, отжать сок, добавить соль и сахар по вкусу.

2. Замесить тесто из воды, муки, яйца, соды, раскатать тонкие коржи диаметром 30–40 см. Положить начинку по центру, завернуть конвертиками.

3. На смазаный раст. маслом противень положить конвертики, выпекать до готовности (примерно 20 мин).

4. Готовую плачинду смазать сливочным маслом, сложить друг на друга, как пирог.

Екатерина Поливач, г. Киев

Шарлотка яблочная с манной крупой

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для начинки:** 1,5 кг яблок; 0,5 стак. сахара; корица

● **Для сухой смеси:** 1 стак. сахара; 1 стак. манки; 1 стак. муки; 1 ч. л. соды

● 2–3 ст. л. растопленного сливочн. масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. **Приготовить начинку.** Яблоки очистить от семян и кожицы, натереть на крупной терке, соединить и перемешать с сахаром и корицей.

2. Для сухой смеси соединить в миске сахар, манку, муку и соду.

3. В форму для выпечки выложить половину яблок, сверху — половину сухой смеси, сверху — оставшиеся яблоки и вторую половину сухой смеси. Сверху шарлотку полить растопленным сливочн. маслом.

4. Выпекать при 180 °С до светло-коричневого цвета.

Печень под шубой

Наталия Соломка, г. Черкассы. **Люблю радовать своих гостей какими-нибудь новинками.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 250 гр. печени
● 2 луковицы
● 2 яблока
● 4 вареных яйца
● 150 г колбасного сыра
● 100 г майонеза
● соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Печень отварить в подсоленной воде, лук нарезать кубиками. Яблоки очистить.

2. Натереть отдельно на крупной терке сыр, яйца, яблоки.

3. Выложить салат слоями, смазывая каждый майонезом: печень — лук — яблоко — яйца (посолить) — колбасный сыр.

Суп овощной с колбасой

Виктория Веретенникова, г. Киев. **Предлагаю рецепт быстрого приготовления вкусного и сытного супчика.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 200 г колбасы
● 4 картофелины
● 0,5 кочана капусты
● 2 морковки
● 1 луковица
● соль, перец
● зелень
● лавровый лист
● растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В 1,5 л кипящей воды положить очищенный и нарезанный картофель, лавровый лист.

2. Капусту помыть, мелко нашинковать, добавить в суп после закипания картофеля.

3. Нарезать колбасу небольшими кубиками, добавить ее в суп.

4. Лук и морковь почистить, нарезать, обжарить на растительном масле, положить зажарку в суп вместе с солью, перцем и измельченной зеленью.



Людмила Рабочая, г. Николаев. **Я часто пользуюсь рецептами из вашего журнала.**

Слоеные хачапури

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 стак. молока; щепотка соли; 1 яйцо; 1 ст. л. сухих дрожжей; 250 г маргарина; 400 г творога; 400 г муки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Дрожжи растворить в молоке, добавить яйцо, соль, муку. Замесить тесто.

2. Разделить тесто на 2 части в соотношении 2:1, раскатать тесто, смазать маргарином, свернуть рулетами, сложить в пакет, положить в холодильник на 2 ч.

3. Затем раскатать оба куска теста, выложить на смазаный жиром противень больший, выложить творог, разровнять его, накрыть вторым куском теста, защипнуть края.

4. Выпекать при 200–220 °С в течение 25–30 мин.

Яблоки с творогом и цедрой

Элла Тулба, г. Кривой Рог, Днепропетровская обл. **Эти запеченные яблоки понравятся любителям фруктов.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 10 яблок
● 150 г творога
● 1 яйцо
● 0,5 ст. л. цедры
● 1 ст. л. сахара
● 0,5 ч. л. корицы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яблоки помыть, очистить от сердцевины так, чтобы дно было целым.

2. Творог тщательно перемешать с яйцом, сахаром, лимонной цедрой, добавить корицу.

3. Приготовленной творожной массой начинить яблоки.

4. Нафаршированные яблоки выложить на противень, запечь в духовке при 200 °С 20–25 мин.



Л. Микульская, Кировоградская обл. **Решила поделиться любимым рецептом нашей семьи.**

Рыба на коврике

ПОНАДОБИТСЯ
- 1–2 шт. филе хека или другой рыбы
- 1 небольшая сырая свекла
- 150 г твердого сыра
- 100 г майонеза
- 1 луковица
- соль, перец
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбное филе вымыть, обсушить бумажной салфеткой, посолить, поперчить и обжарить на сковороде на растительном масле.

2. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и обжарить на растительном масле.

3. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Сыр также натереть на крупной терке.

4. Форму для запекания смазать растительным маслом. На дно формы выложить натертую свеклу, посолить, поперчить. На свеклу выложить обжаренное филе рыбы, на рыбу — лук, заштриховать майонезом, сверху посыпать тертым сыром.

5. Запекать в предварительно нагретой до 180 °С духовке 30 мин.

6. Подавать рыбу теплой. Накладывать в тарелку вместе со свеклой. Украсить зеленью и овощами.

Лариса Кавун советует

- **Филе перед обжариванием сбрызните лимонным соком и дайте рыбе немного постоять, чтобы она промариновалась.**
- **Рыбу можно запекать практически с любыми овощами: картошкой, морковкой, капустой (свежей или квашеной), баклажанами, сладким перцем, зеленым горошком. Овощи желательно предварительно обжарить или отварить до полуготовности.**
- **Блюдо также можно приготовить в горшочке, будет сочнее.**

Фото: Л. Кавун (2)



Наталья Чекой, г. Северодонецк. **Картофель и крабовые палочки хорошо соединились в пироге.**

Пирог картофельный

ПОНАДОБИТСЯ
- 700 г картофеля
- 250 г крабовых палочек
- 4 яйца
- 2 луковицы
- 150 г майонеза
- 150 г сметаны
- 1 ст. л. муки
- 1–2 ст. л. маргарина

Для украшения:
- 1 сладкий перец,
- зелень петрушки и укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, отварить в подсоленной воде до полуготовности, слить воду, остудить до теплого, нарезать соломкой.

2. 2 яйца отварить вкрутую, остудить, очистить, нарезать мелкими кубиками.

3. Крабовые палочки нарезать поперек кольцами. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.

4. Противень смазать маргарином, выложить нарезанный картофель, посолить. Сверху равномерно выложить нарезанные яйца, на них - крабовые палочки и лук.

5. Оставшиеся 2 яйца взбить миксером или венчиком, добавить майонез, сметану и муку, тщательно перемешать. Залить этой массой продукты, выложенные на противне.

6. Запекать пирог в заранее нагретой до 180 °С духовке в течение 20–30 мин.

7. Готовый пирог украсить зеленью и полосками сладкого перца.

Ирина Жукова советует

- **Картофельный пирог будет также хорош с обжаренными грибами, тушеными овощами.**
- **Форму желательно кроме смазывания жиром посыпать панировочными сухарями.**
- **Пирог подавайте горячим, полив сметаной.**
- **Картофель можно отварить в мундире, а затем очистить.**



Домашний уют

В ноябре дни становятся короче, рано вечереет, дождь и слякоть. "Унылая пора, очей очарованье", – как точно подметил классик. Но наблюдать за этой красотой лучше из окна киевской квартиры, что мы, собственно, и делаем, находясь в гостях у семьи Старжинских. Уютная и теплая комната после холодных улиц кажется сказочным пристанищем для усталых путников. Но больше всего согревают озорная улыбка маленькой непоседы Настеньки и милые глаза настоящей хозяюшки – молодой мамочки Аллы. Все в мире не случайно. Очень неслучайно находимся и мы здесь. История возникновения этой семьи имеет прямое отношение к кулинарной теме. Кто знает, как бы сложилась жизнь у Аллы, если бы она не любила готовить. А началось все пять лет назад, когда Павел приехал в г. Сваляву по работе в командировку. Алла приехала в родной город на каникулы. Тогда она была еще студенткой, осваивала науку международных отношений и мечтала только о путешествиях. Не вдаваясь в подробности, скажем так: теперь у них общие мечты, и осуществляют они их вместе. В семье есть традиция – отмечать Рождество и Пасху на Закарпатье. Как говорит Павел, вкуснее отбивных, запеченных в духовке, и картошечки в горшочках он никогда нигде не пробовал. Но самое его любимое блюдо – это вкусняшки кнедлики.

"Паша – геодезист, – рассказывает Алла, – часто ездит в командировки: то Москва, то Сибирь. Когда возвращается, хочет домашней кухни. Чтобы порадовать мужа, я стараюсь приготовить его любимые кнедлики. Из дрожжевого теста формирую батон и варю на пару, а подливу делаю на основе курицы или индюшатины на молоке с мукой и приправами". "Получается очень вкусно и сытно, – говорит, довольно улыбаясь, Павел, – Кухня – это рабочий кабинет Аллы, она там хозяйка и волшебница. Мне она доверяет делать только горячие бутерброды, которые у меня получаются очень вкусными. Но на праздники мы вместе готовим торт "Пьяная вишня", это наше фирменное блюдо. А сегодня мы сделали утку по-царски с апельсинами. Это очень вкусно и нарядно. Предлагаем вам попробовать и советуем всем читателям делать это блюдо на праздники. Готовить не так сложно, как может показаться".

Блюдо получилось с изысканным вкусом. Сочетание утки и соуса из апельсинов поднимает настроение и действует как антидепрессант в хмурую погоду.

Но о какой депрессии может идти речь, если златокудрая Настенька станцевала для нас все танцы, которые она разучила в садике и на кружке? И показала все свои волшебные и сказочные игрушки.

Уходить не хотелось, но время пришло, и пора расставаться. Теплые воспоминания о пребывании в гостях останутся с нами надолго.

В гостях побывали повар Лариса Кавун и фотокорреспондент Лариса Дышлюк



Утка по-царски

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 потрошенная утка; 4 апельсина; 2 ст. л. белого винного уксуса; 2 ст. л. лимонного сока; 40 г сливочн. масла; 2 ст. л. сахара; черный молотый перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Придать утке форму. Крылья скрестить, обвязать ниткой, завязать ножки.

2. Из 2 апельсинов выжать сок. Третий нарезать ломтиками вместе с кожурой. Четвертый очистить от кожуры, мякоть нарезать кубиками.

3. Утку натереть солью, перцем, положить грудкой вниз на решетку. Снизу поставить противень с водой. Запекать при 190 °С 60 мин, затем утку перевернуть, полить жиром. Запекать 60 мин, поднять температуру до 220 °С, запекать 30 мин.

4. Приготовить соус. В кастрюле расплавить сахар, добавить уксус, сок апельсинов, лимонный сок, помешивая, наполовину уварить. В другой кастрюле сок от жарения утки довести до кипения, добавить сливочн. масло, взбить, добавить мякоть апельсина и апельсин с цедрой. Все соединить, посолить.

5. Утку выложить на сервировочное блюдо, полить соусом.

ПРИГЛАСИТЕ НАС К СЕБЕ!

Хочешь увидеть свою семью на нашей обложке? Пришли нам приглашение в письме вместе с рассказом о себе и своих близких, о ваших любимых блюдах. Не забудь заполнить купон на с. 66. Приглашение пошли по адресу: 01033, Киев, а/я 186, "Люблю готовить!". Мы приедем с подарком!



Едим вкусно без мяса

Этот рецепт очень простой и недорогой, а главное, подходит для тех, кто соблюдает пост.

Ольга Емельянова, г. Вознесенск, Николаевская обл.

Постные чебуреки

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:
- 0,5 л воды
- 700 г муки
- соль
- перец

Для начинки:
- 1 кочан капусты
- 2–3 моркови
- 2–3 луковицы
- соль
- перец

Для фритюра:
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить начинку. Обжарить лук с морковью на растительном масле, добавить мелко нашинкованную капусту, специи, тушить до готовности.

2. Приготовить тесто. В воде растворить соль, добавить перец, просеянную муку, замесить тесто.

3. Раскатать лепешки толщиной 3 мм и диаметром 20 см.

4. На одну половину лепешки положить начинку, накрыть второй половиной теста, защепить края. Проколоть вилкой в нескольких местах.

5. Жарить во фритюре с обеих сторон до золотистого цвета.



Тема январского номера — блюда из теста. Присылай рецепты изделий из вареного и парового теста: вареников, пельменей, лапши. Заполни купон, на с. 66. За публикацию получишь от нас 50 грн.



Екатерина Дашевская, г. Первомайск, Луганская обл. Думаю, что вкус не оставит равнодушным никого.

Салат "Пелюстка"

ПОНАДОБИТСЯ
(на одно ведро):
- 8 кг капусты
- 2 головки чеснока
- 2 корня хрена
- 100 г петрушки
- 1–2 свеклы
- 3–4 горьких перца

Для рассола:
- 4 л воды
- 1 стак. соли
- 1 стак. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Капусту нарезать на 4–8 кусков. Хрен и свеклу натереть на крупной терке. Петрушку мелко нарезать.

2. Приготовить рассол. В воде развести соль, сахар.

3. Подготовленные овощи уложить в ведро и залить теплым кипяченым рассолом. Накрыть деревянным кружком и положить сверху груз. Оставить в тепле на 2 суток, затем вынести в прохладное место на 5 дней.

4. Перед подачей на стол капусту измельчить, полить растительным маслом, украсить зеленью.

Салат "Скромный"

Елена Иванова, по e-mail



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 стак. риса; 1 баночка маринованных шампиньонов; 1 баночка кукурузы; 2 маринованных огурца; зелень; 100 г крабовых палочек; постный майонез; соль; маслины

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис отварить в подсоленной воде до готовности.

2. Шампиньоны, крабовые палочки, огурцы нарезать кубиками.

3. Соединить все ингредиенты, заправить майонезом, перемешать. Украсить маслинами и зеленью.

Рыба "Пуасон а-ля лимон"

Татьяна Савченко, г. Донецк. **На фото — Олег Гуленко, г. Черкассы**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 луковица; зелень; 3 картофелины; 150 г оливкового масла; соль, специи для рыбы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Вычистить и вымыть рыбу. Сделать продольный боковой надрез по всей длине, с другой стороны сделать несколько поперечных надрезов, натереть солью.

2. Нарезать дольками лимон и перец.

3. В поперечные надрезы положить по кусочку перца и лимона. Внутрь рыбы положить оставшиеся кусочки перца и лук, нарезанный кольцами.

4. Противень смазать жиром, выложить картофель, нарезанный ломтиками. Сверху положить рыбу, наверх – кольца лука. Посыпать измельченной зеленью и специями, полить маслом.

5. Запекать в духовке 30 мин при 180 °С.

Караси, запеченные с лимоном

Алла Пархоменко, г. Вышгород, Киевская обл. **Приятного аппетита!**



ПОНАДОБИТСЯ
- 2 карася (или другой крупной рыбы)
- 1,5 лимона
- соль
- черный молотый перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Выпотрошить карасей, вымыть, обсушить.

2. С обеих сторон рыбы сделать неглубокие поперечные надрезы.

3. Посолить и поперчить рыбу по вкусу.

4. 1 лимон нарезать полукольцами.

5. В надрезы положить кусочки лимона.

6. Запекать рыбу в духовке в течение 35–45 мин при 180–200 °С.

7. Готовую рыбу полить соком лимона, украсить зеленью.



Лариса Назаренко, м. Полтава. **Дуже смачно і зовсім недорого.**

Монастирська каша

ПОТРІБНО
- 2 морквини; 1 цибулина; 0,5 капустини; 0,5 скл. гречки; 0,5 скл. пшеничної крупи; сіль; олія; вершкове масло

ПРИГОТУВАННЯ

1. Моркву натерти на великій терці, цибулю нарізати кубиками, капусту нашинкувати.

2. Присмажити овочі на сковорідці з олією. Скласти їх в чугунок, додати крупи. Залити водою так, щоб вода була на 3 см зверху, посолити.

3. Довести кашу до кипіння, варити на маленькому вогні 15 хв. Закрити чугунок кришкою. Зняти з вогню, додати масло, закутати в ковдру на ніч.

Зимний салат "Глобус"

Любовь Терновая, по e-mail



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 свекла; 0,5 стак. фасоли; 1 соленый огурец; 100 г тыквы; 1 луковица; 0,5 стак. томатного сока; соль; специи; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Нарезать соломкой свеклу, тыкву, огурец.

2. Сложить в казанок слоями свеклу, тыкву, огурец, фасоль, добавить воду (чтобы овощи были слегка покрыты водой), посолить. Тушить до готовности фасоли.

3. Нарезанный лук обжарить на раст. масле, добавить томатный сок, тушить 5 мин.

4. В конце готовки жидкость, которая осталась, слить, а в казанок добавить зажарку из лука и томата. Добавить специи по вкусу, перемешать. Готовый салат остудить.

Юлия Бондарева, г. Артемовск, Донецкая обл. **Хорошо идет в холодном виде.**

Борщ "Вкуснятина"

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 банка кильки
- 5 картофелин
- 4 луковицы
- 2 морковки
- 1 сладкий перец
- 1 свекла
- 0,5 кочана капусты
- 1 головка чеснока
- 1 лавр. лист, соль
- пучок базилика, укроп, петрушка, сельдерей
- 50 г томатной пасты
- раст. масло для жарки;

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В 3 л кипящей воды положить нарезанные кольцами 2 луковицы, 1 морковь, измельченную петрушку, лавр. лист.

2. Свеклу почистить, натереть на крупной терке, обжарить на раст. масле.

3. Обжарить сладкий перец, морковь, лук. Добавить в борщ.

4. Нашинковать капусту, нарезать кубиками картофель, положить в борщ. Положить томатную пасту, посолить, добавить специи.

5. За 5 мин до готовности добавить кильку, измельченную зелень и мелко нарезанный чеснок.





Время приготовления: 30–40 мин
Количество порций: 4–6

Елена Власова, г. Светлодарск. **Блюдо идеально подходит в пост или для тех, кто не ест мясо.**

Фасоль в морковке

ПОНАДОБИТСЯ

- 2,5 ст. фасоли
- 2 луковицы
- 3 морковки
- 1,5 ст. л. томатной пасты
- 2 ст. л. сахара
- 1 ст. л. уксуса
- 3–4 лавровых листа
- соль, перец по вкусу
- 0,5 огурца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фасоль замочить в холодной воде на 13 часов. Отварить в этой же воде без соли.

2. Лук и 2 моркови очистить. Лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, протушить на растительном масле.

3. Добавить томатную пасту, разведенную водой, и тушить еще 10 минут.

4. Посолить, поперчить, добавить сахар, уксус, лавровый лист.

5. Переложить эту массу в кастрюлю с фасолью, перемешать и прокипятить еще 15–20 минут.

6. Выложить готовое блюдо горкой в тарелку.

7. Натереть на терку 1 морковь. Укроп и базилик вымыть, обсушить, мелко нарезать. Посыпать фасоль морковью и зеленью.

8. Блюдо также можно украсить кольцами пропаренного лука, веером из огурца, желтком вареного яйца.

Лариса Кавун советует

- **Фасоль на постный стол можно также готовить с грибами (сухими или свежими) или с рисом с добавлением грецких орехов.**
- **В воду для отваривания фасоли добавьте пучок петрушки и пару зубчиков чеснока — фасоль будет вкуснее.**
- **Вместо томатной пасты можно использовать кетчуп или пюре из свежих помидор, а также нарезанные мелкими кусочками помидоры.**
- **В конце готовки в блюдо можно добавить 3–4 зубчика чеснока.**

Фото: Л. Дышлюк



Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 4

Галина Гладий, г. Ивано-Франковск. **С помощью вашего журнала легко и просто накрыть любой стол.**

Филе окуня с грибами

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг филе морского окуня
- 300 г грибов
- 3 шт. репчатого лука
- 4 ст. л. муки
- 1 ч. л. соли
- растительное масло
- постный майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Грибы вымыть, мелко нарезать, обжарить в течение 5 мин в 4-х ст. л. растительного масла.

2. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами. Добавить к грибам, жарить еще 7 мин до готовности.

3. Филе рыбы вымыть, обсушить, нарезать крупными кусками.

4. Муку хорошо размешать с солью. Обвалять в муке каждый кусок рыбы, обжарить в растительном масле.

5. Глубокую сковороду или форму смазать растительным маслом. Выложить рыбу в форму.

6. Грибы с луком равномерно разложить по всей поверхности рыбы.

7. Сверху на каждый кусок рыбы выложить по 1 ст. л. майонеза.

8. Запечь в предварительно разогретой до 200 °С духовке в течение 20 мин.

9. Перед подачей блюдо можно украсить кружочками лимона, зеленью, кусочками моркови.

Лариса Кавун советует

- **Перед запеканием вместо майонеза блюдо можно посыпать сухарями и сбрызнуть растительным маслом.**
- **Грибы можно взять и консервированные, но вкуснее всего блюдо будет со свежими шампиньонами или белыми грибами.**
- **Для этого блюда подойдут также нежирные сорта рыб: треска, судак, щука, минтай, хек.**

Фото: Л. Кавун

МАСТЕР-КЛАСС





Побалуемся плюшками

В нашей семье все очень любят сладкое, поэтому выпечка в нашем доме бывает часто. Печенье, пирожные, пироги, пирожки, рулеты, торты – без чего-нибудь из этого трудно представить выходной, а праздничный стол тем более. Дрожжевые пироги и пирожки, а также разные "сдобнушки" – это мой конек.

Юлия Онучина, г. Полтава



КОНКУРС!

Покажи свой мастер-класс! Для этого пришли рецепт и фото поэтапного приготовления любимого блюда. Не забудь заполнить купон на с. 66. Приз за опубликованный рецепт – 100 грн.


а


б

Плюшки

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:

● 7 стак. муки; 2 стак. молока; 3 яйца; 1 стак. сахара; 250 г сливочного масла или маргарина; 1/2 ч. л. соли; 50 г сухих дрожжей

Для начинки:

● сахар (мак, мелкий изюм, корица – по желанию), раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить сдобное дрожжевое тесто на опаре. Из готового теста скатать жгут и разрезать его на несколько кусочков, весом около 70 г.

2. Каждый шарик расплющить в лепешку диаметром примерно 13 см.

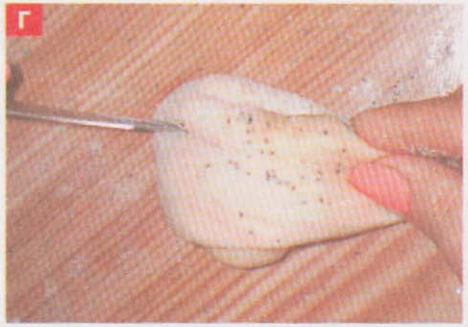
3. Лепешку смазать раст. маслом, посыпать сахаром (на одну плюшку 1–1,5 ч. л. сахара), маком, изюмом **(а)**. Свернуть лепешку в рулетик сахарной стороной внутрь **(б)**.

4. Сложить рулетик пополам, чтобы изгиб был на середине рулетика и слегка прижать **(в)**.

5. При помощи ножа сделать три глубоких надреза на изгибе рулетика, не разрезая до конца 2 см **(г)**, и развернуть рулетик сахарной стороной вверх (получается плюшка в виде розочки) **(д)**.

6. Выложить плюшки на смазанный маслом противень и поставить на расстойку. Выпекать при температуре 180–200 °C в течение 15–20 мин. Готовые плюшки смазать сливочным маслом.


в


г


д

МИНИМУМ ЗАТРАТ

Сытно и дешево



Спешу поделиться своим рецептом замечательного блюда.

Алла Тарасюк, г. Бердичев, Житомирская обл.

Холодные голубчики

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 кочан капусты
- 2 моркови
- 2 луковицы
- раст. масло
- 1 головка чеснока
- соль
- перец

Для маринада:
- 0,5 л воды
- 0,5 стак. раст. масла
- 0,5 стак. уксуса
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Из капусты вырезать кочерыжку, пропарить в кипятке в течение 5–10 мин.

2. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке.

3. Лук очистить, вымыть, нарезать кубиками, обжарить на раст. масле до золотистого цвета, выложить на морковь.

4. Лук с морковью посолить, поперчить по вкусу.

5. В капустные листья завернуть начинку из моркови и лука. Свернуть голубцы размером 5–7 см.

6. Приготовить маринад. Соединить воду, раст. масло, соль, сахар, уксус, перемешать.

7. Чеснок почистить, нарезать тонкими пластинками.

8. Голубцы выложить в кастрюлю, чередуя их с чесноком.

9. Залить голубцы рассолом, придавить прессом, оставить на 2–3 дня в холодильнике.

Лариса Кавун советует
- **Соли и сахара желательно использовать в 2 раза больше.**
- **Воду берите кипяченую.**
- **Если у вас кочан крупный, то листья разрежьте напополам и вырежьте утолщение посередине листа.**

КОНКУРС!



Умеешь готовить вкусно и при этом экономить средства? Пришли рецепты вместе с фото. Заполни купон на с. 66. За публикацию получишь приз 50 грн.



Ольга Пятакова, г. Николаев. **Хочу поделиться рецептом двойного блюда: каша и десерт.**

Десерт "Солнышко"

ПОНАДОБИТСЯ
- 1,5 кг тыквы
- 300 г риса
- 2 ст. л. сахара
- соль по вкусу
- 1 л молока
- 50 г сливочного масла
- ваниль
- 0,5 стак. изюма
- 3–5 ст. л. меда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тыкву почистить, нарезать на кусочки, оставив немного для украшения. Отварить тыкву в молоке до полуготовности, добавить промытый рис. В конце варки посолить, добавить сахар, изюм, сливочное масло, ваниль.

2. Из оставшейся тыквы вырезать лучики для солнышка. Намазать каждый лучик медом, выложить на смазанный маслом противень, запечь их в духовке до золотистого цвета.

3. Готовую кашу выложить на блюдо, украсить лучиками, из изюма выложить глаза, нос, рот.

Запеканка с рисом и яблоками

Татьяна Сухомлинская, г. Киев. **Мой коронный рецепт.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 4 ст. л. риса
- 2 перепелиных яйца (можно заменить 1 куриным)
- 1 крупное яблоко
- 1 ст. л. с горкой манки
- 1 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис сварить до готовности.

2. Взбить яйца с сахаром.

3. Соединить рис с яйцами, добавить нарезанные яблоки и манку. Перемешать.

4. Запекать в духовке в течение 30–40 мин при 170–180 °C.

Омлет с цветной капустой

Анна Астафьева, г. Антрацит, Луганская обл. **Я очень люблю цветную капусту.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 головка цветной капусты; 4 яйца; 2 помидора; 2 зубчика чеснока; соль, перец; укроп, петрушка; растительное масло для жарки; приправа по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Цветную капусту нарезать на кусочки, вымыть, сварить до полуготовности в подсоленной воде.

2. Помидоры и чеснок нарезать кубиками, обжарить на растительном масле.

3. К помидорам добавить цветную капусту. Посолить, поперчить по вкусу. Добавить зелень и приправу. Тушить, пока жидкость не выкипит.

4. Яйца взбить, залить ими капусту с помидорами. Жарить на среднем огне под закрытой крышкой 5–7 мин.

МИНИМУМ ЗАТРАТ



Вареники паровые с яблоками

Екатерина Поливач, г. Киев. **Рецепты записаны со слов моей свекрови.**



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 0,5 кг муки; щепотка соли; 1 ст. л. сахара; 1 ч. л. соды; 1 стак. кефира; 2 яйца
● **Для начинки:** 0,5 кг яблок; 0,5 стак. сахара
● сливочное масло или сметана

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить тесто. Муку соединить с солью, сахаром и содой, добавить кефир и яйца. Хорошо вымесить. Тесто должно получиться некрутое.

2. Приготовить начинку. Яблоки очистить, натереть на крупной терке, соединить с сахаром.

3. Тесто раскатать, вырезать кружочки, по центру каждого положить начинку, края защепить.

4. Готовить на пару в течение 5 мин.

5. Подавать со сливочным маслом или сметаной.

Ольга Симонова, г. Котовск, Одесская обл.

Аргентинский пирог

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 1 стак. молока; 100 г дрожжей; 1 ст. л. сахара; 1 ч. л. соли; 200 г маргарина; 2 яйца; 4 стак. муки; 2–3 ч. л. раст. масла
● **Для начинки:** 400 г филе рыбы аргентины; 3–4 луковицы; 2 моркови; 3 вареных яйца; 100 г майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто из всех ингредиентов, разделить его на 2 части. Выложить на смазанный жиром противень 1 часть теста.

2. Приготовить начинку. Поджарить на сковороде 2 луковицы вместе с натертой морковью. Выложить начинку на тесто, сверху уложить филе рыбы и крупно нарезанные яйца. Полить майонезом и выложить сверху оставшийся лук, нарезанный кольцами.

3. Накрыть пирог 2-й частью теста, проколоть вилкой. Выпекать 30 мин при 180 °С.

Тушенка куриная

Марина Радченко, г. Днепропетровск. **На фото я.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 курица
● соль
● перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Курицу вымыть, обсушить, нарезать на порционные куски, посолить, поперчить, сложить в сухие чистые литровые банки.

2. Накрыть банки металлическими крышками (без резинок) и поставить в холодную духовку на медленный огонь на 2 часа, потом еще 2 часа банки должны постоять в остывающей духовке, затем вынуть их, вставить в крышки резинки и закатать.

3. Хранить тушенку в прохладном месте.

Юлия Онучина, г. Полтава

Слоеный сырный хлеб

ПОНАДОБИТСЯ

● 750–800 г дрожжевого теста; 200 г твердого сыра; 100 г сливочного масла; 1 зубчик чеснока; вяленые помидоры; семена тмина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тесто разделить на 4 части, раскатать из них круги диаметром 20 см. Один пласт теста должен быть немного больше остальных.

2. Сливочное масло довести до комнатной температуры, соединить с пропущенным через пресс чесноком. Сыр натереть на крупной терке.

3. На противень положить лист теста. Смазать его половиной масла так, чтобы оставался чистый край шириной около 1 см. Выложить половину сыра, разровнять. Накрыть вторым листом теста. Также смазать его маслом и посыпать сыром, накрыть третьим листом. На третий лист выложить вяленые помидоры. Накрыть четвертым (большим) листом теста, защепить края нижнего и верхнего листа.

4. Верх хлеба смазать водой, дать ему подойти в 1,5 раза.

5. Вилкой сделать проколы через все слои. Смазать хлеб водой, посыпать тмином. Выпекать 7–10 мин при 200–220 °С, убавить огонь, выпекать еще в течение 25–35 мин при 180 °С.





Я очень люблю готовить, придумывать новые рецепты, удивлять своими шедеврами своих близких, друзей и гостей.

Светлана Бондарева, г. Ясиноватая, Донецкая обл.

Прошу к столу!

Курочка фаршированная

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 курица

Для начинки:
- 1 булочка
- 1 яйцо
- 1 луковица
- 100 г печени птицы
- 50 г шампиньонов
- 50 г копченого сала
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить начинку. Сало нарезать кубиками, вытопить на сковороде жир, на котором поджарить нарезанный кубиками лук и печень. Посолить. Яйцо сварить, очистить, нарезать кубиками. В молоке замочить кусочки булочки. Булку отжать и вместе с яйцом добавить к салу. Хорошо перемешать.

2. Курицу вымыть, обсушить, натереть солью.

3. Курицу начинить полученным фаршем. Зашить нитками.

4. Запекать в духовке при 200 °С в течение 1,5–2 ч.

Светлана советует

● **Фарша в курицу следует класть не очень много, при жарке кожа может лопнуть, а фарш при этом может вывалиться.**

КОНКУРС!



Намечается торжество? Чем будешь угощать гостей? Рецепты и фото присылай в редакцию. Не забудь заполнить купон на с. 66. За публикацию получишь 50 грн.



Евгения Тесличко, г. Хуст, Закарпатская обл. **Уже давно являюсь вашей читательницей.**

Салат "Кармен"

ПОНАДОБИТСЯ

● 5 картофелин в мундире; 5 вареных яиц; 150 г вареной телятины; 0,5 б. горошка; 0,5 б. кукурузы; 1 помидор; 200 г майонеза; 1 персик; 2 плавленых сырка; зелень; соль, специи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, натереть на тарелку, посолить, смазать майонезом.

2. Мясо нарезать мелкими кубиками, соединить с горошком, кукурузой, очищенным и нарезанным персиком. Посолить, заправить майонезом. Выложить на картофель горкой.

3. Сверху натереть плавленые сырки, выложить кусочки помидора.

4. Готовый салат сверху украсить зеленью и зеленым горошком.

Говядина в квасе

Инна Ефименко, г. Харьков. **Очень вкусное блюдо!**



ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 кг говядины; 2 луковицы; 0,5 л кваса; жир; томатн. паста; мука; соль, перец; горчица

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо нарезать кусочками, лук нашинковать соломкой, сложить в кастрюлю, посолить, поперчить по вкусу, залить квасом, оставить на 2 ч в холодильнике.

2. Мясо обжарить, тушить, добавив немного воды, до готовности на слабом огне.

Печень в остром соусе

Алла Антонова, г. Николаев



ПОНАДОБИТСЯ

● 350–400 г свиной печени; 1 стак. воды; 2 ст. л. белого сухого вина; черный перец горошком; 0,5 лимона; соль

● **Для соуса:** 1 луковица; 1 ст. л. панировочных сухарей; 1 ст. л. растительного масла; 1 зубчик чеснока; зелень петрушки; тмин; корица; перец красный молотый

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Печень залить водой, добавить вино, перец горошком, посолить. Закрыть крышкой, готовить 30–40 мин.

2. Приготовить соус. Соединить раст. масло, мелко нарезанный лук, толченый чеснок. Подогреть 15 мин. Добавить тмин, корицу, красный перец, измельченную зелень. Тушить 5 мин.

3. В соус выложить печень, добавить немного бульона, посыпать сухарями, готовить 5 мин.

4. Подавать с кусочками лимона.

Салат "Королевский"

Татьяна Савченко, г. Донецк. **На фото Савченко Александр Николаевич, г. Донецк**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 баночка (340 г) консервированной кукурузы
- 150 г отварного риса
- 200 г консервированных ананасов
- 200 г крабовых палочек
- зеленый салат
- соль
- 150 г майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Крабовые палочки нарезать небольшими кубиками.

2. Зеленый салат порвать руками на крупные куски.

3. Из банок с кукурузой и ананасами слить жидкость.

4. Соединить все ингредиенты, посолить по вкусу, заправить майонезом, перемешать, выложить в салатник.



Любовь Пахомова, с. Каменское, Днепропетровская обл. **Предлагаю рецепт заливного языка.**

Заливной язык

ПОНАДОБИТСЯ
- 0,5 кг языка
- 1 луковица
- 1 пачка желатина
- чеснок
- соль, перец
- 1 вареная морковь

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отварить язык до готовности с целой луковицей. Бульон слить, процедить.

2. Из бульона вынуть луковицу. Развести и добавить в 0,5 л бульона желатин.

3. Язык почистить, тонко нарезать, выложить на тарелку, сверху посыпать нарезанным чесноком, украсить морковью, кружочками вареного яйца.

4. Залить остывшим бульоном. Поставить в холодильник для застывания.

Салат "Эльдорадо"

Елена Матвиенко, г. Киев. **Уверена, что мой салат оценят по достоинству.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 банка мяса криля
- 1 вареная куриная грудка
- 2 помидора
- 1 авокадо
- 1 стак. вареного риса
- 50 г натертого твердого сыра
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо курицы разделить на волокна, добавить мясо криля, слив жидкость.

2. Помидоры вымыть, нарезать кубиками.

3. Из авокадо удалить косточку, нарезать кубиками.

4. Соединить все ингредиенты, заправить майонезом, посолить, перемешать.

"Суп с ежиками"

Роксана Осьмеркина, г. Днепропетровск. **На фото мой сын Петр.**



ПОНАДОБИТСЯ
- **Для "ежиков":** 1 сердечко куриного филе; 0,5 стак. риса; 1 яйцо; 1 луковица; 3 зубчика чеснока; соль, перец
- **Для супа:** 4 л воды; 8–10 картофелин; 1 морковь; 1 луковица; 1 сладкий перец; 3 лавровых листочка; зелень, соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис отварить в подсоленной воде.

2. Лук, чеснок и филе пропустить через мясорубку. Соединить с рисом, яйцом, солью и перцем. Сформировать шарики диаметром 3–5 см.

3. Картофель нарезать кубиками, залить водой, добавить мелко нарезанные морковь, лук и перец. Когда вода закипит, бросить в суп "ежики" и лавровый лист. Посолить, варить на слабом огне 20–30 мин. За 5–10 мин до конца варки добавить мелко нарезанную зелень.



Светлана Недбайло, г. Днепродзержинск

Бутерброды "Ромашка"

ПОНАДОБИТСЯ
- батон
- копченая колбаса (любая, на свой вкус) или бекон
- перепелиные яйца
- зеленый горошек
- майонез
- зелень
- раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца поджарить на растительном масле так, чтобы желток оставался целым. Жарить аккуратно, каждое яйцо отдельно друг от друга, чтобы они не сливались.

2. Кусочек батона смазать майонезом.

3. Сверху положить кружочек колбаски.

4. На колбасу выложить яйцо.

5. Из зеленого горошка выложить стебелек.

6. Выложить веточки укропа так, чтобы получились листики.

Салат "Солнышко"

Виктория Бурма, г. Прилуки, Черниговская обл. **На фото я и мой салат.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 500 г корейской морковки
- 0,5 кг копченой колбасы
- 6 яиц
- 2 луковицы
- 1 б. кукурузы
- майонез
- соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца сварить, остудить, очистить, нарезать кубиками.

2. Колбасу нарезать мелкими кубиками.

3. Соединить морковь, лук, кукурузу, яйца, посолить по вкусу, заправить майонезом, перемешать. Выложить в салатник.



Время приготовления: 30 мин
Количество порций: 2–4

Александра Гладий, г. Ивано-Франковск. **Салат получается красивый и вкусный.**

Салат с подсолнечными семечками

ПОНАДОБИТСЯ

- 200 г брынзы
- 2 крупных помидора
- 50 г листьев салата
- несколько оливок без косточек
- 50 г очищенных подсолнечных семечек
- 1/2 лимона
- 1 пучок зеленого лука
- чеснок
- соль
- перец
- оливковое масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Листья салата вымыть, обсушить и порвать небольшими кусочками. Зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарезать.

2. Оливки нарезать острым ножом кружочками, а брынзу – кубиками.

3. Помидоры вымыть, разрезать напополам, а затем – крупными ломтиками.

4. Подсолнечные семечки подсушить на сухой сковороде.

5. Чеснок очистить, пропустить через пресс или мелко порубить ножом.

6. Аккуратно смешать все компоненты салата с помощью двух вилок, посолить, поперчить.

7. Из лимона отжать сок. Лимонный сок смешать с оливковым маслом, заправить салат.

Ирина Жукова советует

- **Такой салат можно готовить с добавлением болгарского перца разных цветов, огурца и даже макаронных изделий.**
- **Из зелени можете использовать по вкусу укроп, кинзу, петрушку, базилик.**
- **Брынзу желательно брать не сильно соленую. Ее можно раскрошить или натереть на терке.**
- **Готовить и перемешивать салат следует перед подачей на стол.**
- **Вместо лимонного сока можно использовать винный уксус.**

Фото: Л. Кавун



Время приготовления: 3 ч 50 мин
Количество порций: 6

Оксана Царик, г. Днепропетровск. **Решила поделиться фирменным рецептом для праздничного застолья.**

Мясо в желе

ПОНАДОБИТСЯ

- 750 г мякоти говядины
- 750 г куриного филе
- 3 ч. л. желатина
- 6 лавровых листочков
- соль
- перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо вымыть, обсушить. Мякоть говядины нарезать ломтями толщиной 1–1,5 см. Ломти говядины и куриное филе слегка отбить.

2. На дно прямоугольной формы (размером примерно 13,5 х 23 х 7 см) положить 3 лавровых листа. Мясо уложить в форму, чередуя говядину и курицу. Мясо накладывать не доходя до верха формы на 1–1,5 см, чтобы мясной сок при кипении не вытекал из формы.

3. Каждый слой слегка посолить, поперчить и посыпать желатином. Поверх последнего слоя мяса положить 3 лавровых листа.

4. Форму затянуть фольгой и поставить в холодную духовку. Тушить мясо в течение 3 ч при 200 °С.

5. Готовое мясо достать из духовки и, не снимая фольги, положить поверх мяса тяжелый груз.

6. После того как мясо остынет, груз снять и мясо в форме поставить в холодильник до застывания желе.

7. Перед подачей на стол форму с мясом опустить на 30 сек в горячую воду, затем опрокинуть на блюдо.

8. Нарезать мясо в желе ломтями. Резать ножом с зубцами, ломти делать толстыми, чтобы мясо не разваливалось. Украсить зеленью и овощами.

Ирина Жукова советует

- **Слои мяса можно посыпать измельченным чесноком и специями по вкусу.**
- **После снятия груза в выделившийся при запекании сок введите 0,5 ч. л. разведенного желатина и полейте им мясо.**

Фото: Л. Дышлюк



Это мы мигом!

Снежана Ефименко, г. Переяслав-Хмельницкий, Киевская обл.

Закусочный "Наполеон"

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 упаковка готовых коржей для торта; 200 г вареной колбасы; 4 луковицы; 2 плавленых сырка; 2 вареных яйца; 1 морковь; 200 г шампиньонов; 100 г уксуса; соль, сахар; майонез; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Начинка 1. 2 луковицы нарезать тонкой соломкой, замариновать в воде с уксусом, солью, сахаром.

2. Начинка 2. Колбасу нарезать соломкой, соединить с майонезом, перемешать.

3. Начинка 3. На крупной терке натереть плавленые сырки, перемешать с майонезом.

4. Начинка 4. Морковь натереть на крупной терке, грибы нарезать, 2 луковицы нарезать кубиками, все обжарить, посолить, поперчить, соединить с майонезом, перемешать.

5. 1 корж смазать начинкой № 1, 2 корж – начинкой № 2, 3 корж – начинкой № 3, 4 корж – начинкой 4. Накрыть 5 коржом, смазать майонезом, посыпать тертыми яйцами.

6. Готовый торт поставить на ночь в холодильник, чтобы он пропитался.

Лариса Кавун советует

● **Коржи не должны быть сладкими.**

● **Вместо коржей для торта можно взять вафельные коржи или испечь для такого торта блины или пресные лепешки.**

КОНКУРС!



Ценишь время? Быстро готовишь? Пришли нам рецепты вместе с фото. Не забудь посмотреть и заполнить купон со с. 66. За опубликованный рецепт получишь 50 грн.



Татьяна Сладковская, г. Ровно. **Надеюсь, мой быстрый рецепт придется вам по вкусу.**

Бабочка на завтрак

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 сосиски; 2 яйца; 20 г твердого сыра; лук-порей; зелень (майоран, базилик, укроп); томатный соус; соль, перец; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сосиски разрезать пополам вдоль, из шести частей сформировать два треугольника, скрепив края шпажками, между двумя оставшимися частями положить кусочки сыра и тоже скрепить шпажками с обеих сторон, обжарить на сковороде на раст. масле, перевернуть и в треугольники выбить по яйцу.

2. Посыпать яйцо солью, перцем, измельченной зеленью. Жарить до готовности на раст. масле.

3. Выложить на тарелку бабочку (треугольники — крылья, сосиска с сыром — туловище, лук-порей — голова), шпажки аккуратно вынуть.

4. Готовое блюдо украсить томатным соусом.

Котлеты "Морская курочка"

Светлана Недбайло, г. Днепродзержинск



ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г куриного фарша; 500 г крабовых палочек; 2 яйца; 2 луковицы; соль, перец; панировочные сухари; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Крабовые палочки перемолоть на мясорубке, соединить с куриным фаршем.

2. Добавить мелко нарезанный лук, соль, перец по вкусу. Вбить яйца. Перемешать. Сформовать котлеты. Обвалять в панировочных сухарях

3. Обжарить на растительном масле .

Гренки "Голландские"

Юлия Янковецкая, г. Чернигов. **Такие гренки идеально подходят для завтрака к чаю или кофе.**



ПОНАДОБИТСЯ

● белый хлеб; 2 яйца; 100 г твердого сыра; соль; 1–2 помидора; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Хлеб нарезать ломтиками. Яйца взбить. Натертый сыр добавить к яйцам, перемешать, добавить щепотку соли.

2. Разогреть растительное масло. Намазать яично-сырную смесь на одну сторону каждого ломтика хлеба и выложить бутерброды на сковороду смазанной стороной вниз. Жарить гренки 5 мин до образования золотистой корочки.

3. Перевернуть каждый бутерброд на несмазанную сторону и подержать на огне 1 мин.

4. Выложить готовые гренки на тарелку, украсить нарезанными кружочками помидорами.

ПРОВЕРЕНО ЛГ РЕДАКЦИЯ



Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 4

Наталия Волкова, г. Севастополь. **Когда нет горшочков, можно приготовить картошку в банке.**

Вкуснятина в банке

ПОНАДОБИТСЯ

- 700 г картофеля
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л смальца
- соль, перец, специи по вкусу
- овощи и свежая зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, вымыть, порезать крупными кусочками (большие клубни нарезать на 6–8 долек), обсушить.

2. Кусочки картофеля посолить, поперчить, посыпать измельченной сухой зеленью укропа, перемешать. Подготовленный картофель выложить в сухую литровую банку. Добавить в банку масло и смалец.

3. Банку с картофелем накрыть железной крышкой (которая используется для консервации), поставить на противень или сковородку, а затем – в холодную духовку.

4. Протомить картофель в духовке при 180–200 °С около 30 мин, не открывая банку.

5. Выключить газ, дать банке немного остыть. Вынуть банку из духовки с помощью сухой салфетки и поставить на сухую дощечку.

6. Разложить картофель по тарелкам. Украсить зеленью и овощами.

7. Подавать с овощным салатом или мясом.

8. Таким же образом можно готовить и мясо: свинина или курица томится около 45 мин, говядина – около 1 ч. Поверх мяса можно положить несколько кусочков сала и нарезанный зубчик чеснока. Мясо и картофель при этом готовятся в разных банках.

Лариса Кавун советует

- **Банку можно также накрывать фольгой, плотно прижав ее к горлышку банки.**
- **Духовку нагревайте постепенно, чтобы банка не лопнула.**



Древний злак

В многочисленных легендах разных народов мира рис ассоциируется с плодородием, что свидетельствует о том, насколько важным был этот злак для древних цивилизаций.



Оксана Гудилова, АР Крым

Рис – один из древнейших возделываемых злаков. Большинство исследователей считает, что впервые рис появился в Индии. Одно из наиболее ранних упоминаний о растении датируется 2800 г до н. э.: китайский император повелел установить церемониальный ритуал посадки риса.

Рис мы любим за то, что он полезный и недорогой, вкусный и легко готовится, хорошо усваивается. Рис питательный, но в то же время от него не поправляются. Кроме того, он может быть самостоятельным блюдом, его добавляют в разные фарши и начинки, в супы. Даже десерт можно приготовить из риса. Так что выбирайте на любой вкус.

Идеальный плов

ПОНАДОБИТСЯ

- 800 г мяса; 2 луковицы; 6 морковок; по 1 ч. л. молотых куркумы, зиры, кориандра; петрушка; 700 г риса; 2 л овощного бульона

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. На сковороде обжарить кубики мяса 5–6 мин, добавить лук и жарить еще 2 мин. Добавить морковь вместе с приправами. Тушить еще 3–5 мин, помешивая.

2. Подмешать рис и жарить, размешивая,1 мин, чтобы рис стал прозрачным. Пересыпать все в казан, влить горячий бульон, приправить, варить 20–30 мин. Добавить рубленую петрушку и подавать.

Рис з сардиною

Наталія Гречанюк, Чернівецька обл.



ПОТРІБНО

- 0,5 кг рису; 1 банка консерви "Сардина в маслі"; сіль, перець, лавровий лист

ПРИГОТУВАННЯ

1. Рис відварити до готовності.

2. За 5–10 хв до готовності додати рибу, нарізану кубиками цибулю, сіль, перець, лавровий лист.

Пишите нам!

Любимый продукт январского номера – сладкий перец. Пришли в редакцию свой рассказ с рецептом и фотографиями. За публикацию получишь приз – 50 грн. Не забудь заполнить купон на с. 66.



На річці Тетерів

Я сама народилася в Києві, а ось мій чоловік родом із славночого міста Чуднів, яке розкинулося на мальовничих берегах річки Тетерів.

Наталія Поплавська, м. Київ

У цього міста просто надзвичайно цікава історія. Чуднів — містечко Волинської губернії Житомирського повіту на річці Тетерів. Точно невідомий час, коли Чуднів був заснований, але, імовірно, місто Чуднів існувало вже у великокнязівську епоху російської історії, принаймні ми знаходимо на користь цього припущення речовий доказ: в саду одного з місцевих жителів збереглося обширне городище овальної форми, оточене трьома паралелями валів, типу, подібного до всіх городищ княжого часу. Імовірно, Чуднів був одним з тих потетеревських міст, про які згадує Іпатська літопис під 1257 роком як про союзників Болоховців і Возвягельців в боротьбі їх з Данилом Романовичем.



Герб, розташований біля назви міста, нагадує про героїчне минуле

Власне назва міста походить від дива — чудесної перемоги мешканців містечка над татарською ордою. Диво-факт увічнений на гербі міста. Рука з шаблею, що стирчить з-за стін фортеці, символізує мужність її захисників.

Перша документальна звістка про Чуднів відноситься до 1416 року. У той час в Чуднові був замок і місто, в якому збиралися річні ярмарки. У 1471 р. в ілюстрації Київської землі в Чуднові показаний замок. У місті жили багато вільних людей і міщани.

У 1507 році В. К. Сигизмунд I подарував Чуднівськую державу гетьманові великому литовському, кн. Костянтину



Горожани дуже полюбляють відпочивати на мальовничих берегах річки Тетерів



Одна з чотирьох православних церков, що знаходяться у Чуднові

Острозькому. Імовірно, старий замок був зруйнований і місто спустошене під час набігу Менглігирея 1480 р. При діленні маєтків між синами кн. Костянтина Івановича Чуднівська волость дісталася на долю Іллі Костянтиновича і в 1642 році визнана власністю його дочки Гальшкі Іллінічни, після її смерті маєтки перейшли у володіння її дядька, кн. Василя Острозького. У той час Чуднів ділився на дві половини: Чуднів старий, такий, що лежав біля замку, і "Нове місце новоосаженноє". Сліди замку князів Острозьких збереглися на горі у дамби у вигляді чотирикутного валу. Князь Януш Острозькій володів Чудновим до смерті (1621), потім маєтки його перейшли по спадку до князів Заславських. У 1648 році Чуднів узятий був козаками, які в 1651 році розгромили у Чуднова загін татар, що повертався з-під Берестечка. У 1660 р. боярин Шереметьев з московською раттю відступив з Любара до Чуднова, він наказав спалити місто і закрився в укріпленому таборі, обложений польськими військами, потім він був захоплений в полон татарами, союзниками поляків. Поляки зайняли Чуднівській замок. Після припинення роду кн. Заславських їх маєтки дісталися кн. Янушу Сангушко, який в 1753 році продав Чуднівський маєток князеві Федору Любомирському. Близько 1780 р. Чуднів був куплений Протом Потоцким, який присвятив все життя невдалим спробам розвинути в краю торгівлю і промисловість. В кінці XVIII ст. Чуднів перейшов у володіння Ржевусських, останній з яких, граф Генріх, відомий польський письменник, помер в Чуднові в 1866 р. 1792 року Чуднів був перейменований в місто повіту Ізяславської губернії.

У Чуднові знаходяться чотири православні церкви. Також неподалік від Чуднова, а саме в с. Подолянці Чуднівського району, живе найвища людина світу, яка занесена до Книги рекордів Гінеса, — Леонід Стадник. Його зріст 2,56 метра.

Крученики по-чуднівськи

Свинина – 500 г, борошно пшеничне – 2 ст. л., соус томатний та жир – по 1 ст. л., перець чорний мелений і горошком, лавровий лист, сіль. Для фаршу: огірки солоні – 200 г, цибуля ріпчаста – 2 шт., сухарі мелені.

М'ясо ріжуть тонкими шматочками, відбивають, солять перчать. На середину кожного шматочка кладуть фарш і загортають в рулет. Панірують у борошні, обсмажують на жиру, кладуть у каструлю, заливають томатним соусом і тушкують. Подають з гречневою кашею, поливаючі соусом, що утворився при тушкуванні. Приготування фаршу: нарізану кубиками цибулю пасерують на жиру, а солоні огірки припускають, додають мелені сухарі і перемішують.

Пишите нам!

Расскажи о своем крае. Не забудь прислать фото и купон на с. 66. За публикацию рассказа получишь приз от редакции — 100 грн.



С миру по рецепту

Люблю баловать своих близких восточными блюдами.

Людмила Мурова, Воронежская обл.

Бешбармак по-казахски

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг баранины
- 2 лавровых листа
- соль, перец по вкусу
- **Для теста:**
- 0,5 стак. воды или бульона
- 2 яйца
- 2 стак. муки
- соль
- **Для соуса:**
- 2 луковицы
- 1 пучок зеленого лука
- зелень петрушки, укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо залить холодной водой, чтобы оно было полностью покрыто, довести до кипения. Снять пену. Варить на медленном огне в течение 1 ч, снимая жир и сливая его в отдельную посуду. За 20 мин до окончания варки добавить соль, перец и лавровый лист.

2. Приготовить соус. Нарезать лук полукольцами, добавить зелень, перец, залить бульоном. Томить на слабом огне 3 мин.

3. Приготовить тесто. Соединить все ингредиенты, замесить тесто. Раскатать его в пласт толщиной 1 мм. Оставить на 20–30 мин, чтобы он подсох. Нарезать квадраты 10x10 см.

4. Вытащить мясо из бульона, отделить его от костей, нарезать ломтиками. Отварить в приготовленном бульоне квадраты из теста. С помощью шумовки выложить готовое тесто на блюдо, сверху положить мясо и полить соусом. Оставшийся бульон подавать в отдельных пиалах с добавлением измельченной зелени.

КОНКУРС!



Кухня какого народа тебе нравится? Пришли нам свой любимый рецепт и фото. Заполни купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию ты получишь от нас приз – 50 грн.



Зулай Хадашева, г. Грозный

Хингалш

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста:** 600–800 г муки; 300 мл воды; 0,5 ч. л. соли; 1/3 ч. л. соды
- **Для начинки:** 1,5 кг тыквы; 0,5 ч. л. соли; 3–4 ст. л. сахара; 250 г слив. масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить начинку. Тыкву очистить от семечек, варить 40 мин. Вычистить мякоть. К мякоти добавить соль, сахар. Размять до однородной массы.

2. Приготовить тесто. В миску залить воду, добавить соль, соду, немного муки, перемешать, чтобы получилось тесто как на оладьи. Высыпать на стол небольшое количество муки, ложкой выложить тесто в муку, сформовать шарики. Из каждого шарика на муке раскатать тонкий блинчик, лишнюю муку стряхнуть. На одну половину теста выложить 2–3 ложки мякоти тыквы, накрыть второй половиной.

3. Обжарить лепешки с двух сторон на сковороде без масла. В миску налить кипяток, каждую лепешку окунуть в воду, затем хингалш складывать на блюдо, смазывая горячим топленым маслом, и накрыть крышкой. Сложить лепешки друг на друга, затем нарезать на порционные куски.

Перец по-итальянски



Юлия Онучина, г. Полтава

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 болгарских перца; 2 зубчика чеснока; 3 помидора; 100 г сыра; петрушка; раст. масло; соль, сахар

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Перец разрезать вдоль на две половинки, удалить семена (черенки не вырезать). Выложить в смазанную форму.

2. С помидоров снять кожицу, нарезать дольками. Чеснок нарезать пластинками. Зелень измельчить. В перец положить помидоры, чеснок, зелень. Добавить сахар, соль, полить маслом, посыпать сыром. Запекать при 180 °С 45 мин.

Лобио

Валерия Гимельфарб, г. Орск. **Попробуйте это блюдо грузинской кухни!**



ПОНАДОБИТСЯ

- 400 г белой фасоли; 2 луковицы; 2 моркови; 100 г грецких орехов; 4 ст. л. томатной пасты; 3 зубчика чеснока; кинза; зеленый лук; кориандр, соль, перец по вкусу; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фасоль замочить на ночь в холодной воде. Затем воду слить, залить свежей водой и варить 40 мин. Бульон не выливать.

2. Лук и морковь очистить, нарезать мелкими кубиками, орехи пропустить через мясорубку.

3. Овощи спассеровать на растительном масле, добавить измельченные орехи и томатную пасту, хорошо перемешать. В смесь выложить фасоль, влить 1 стак. бульона. Тушить 10–15 мин.

4. За 5 мин до готовности добавить мелко нарезанную зелень, измельченный чеснок, кориандр, соль. Украсить зеленью.

БАБУШКИНА ШКОЛА



Просто и красиво

Выписываю ваш журнал постоянно и даже посоветовала его своим друзьям.

Надежда Свиридовна Запасная, г. Луганск

Салат "Подсолнух"

ПОНАДОБИТСЯ
- 100 г маринованных грибов; 100 г твердого сыра; 2 вареных яйца; 1 копченый окорочок; 1 луковица; пачка чипсов; оливки без косточек; 2 вареные картофелины; 150 г майонеза; соль по вкусу
- **Для маринада:** 100 мл воды; 1 ч. л. соли; 1 ч. л. сахара; 1 ч. л. уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель и яйца очистить. Картофель и яичные белки нарезать кубиками. Желтки натереть на терке.
2. Лук нарезать полукольцами, замариновать в воде с солью, сахаром и уксусом на 20–30 минут.
3. Куриное мясо отделить от костей, нарезать мелкими кубиками.
4. С грибов слить жидкость, нарезать пластинками.
5. Сыр натереть на крупной терке. Оливки разрезать вдоль на 6 частей.
6. Выложить салат на блюдо, смазывая каждый слой майонезом: картофель (посолить) – лук – белки – мясо (посолить) – грибы – сыр – желтки.
7. Салат украсить оливками и чипсами.



КОНКУРС!

Ты опытный кулинар? Передай опыт! Присылай нам свои рецепты вместе с фото. Посмотри и обязательно заполни купон на с. 66. Приз за публикацию – 50 грн.

Лариса Кавун советует

- **Салат будет вкуснее, если взять не маринованные грибы, а свежие, например, шампиньоны. Их следует отварить, а затем обжарить с луком.**



Людмила Ганченко, пгт Любашевка, Одесская обл. Это рецепт моей бабушки.

Бабка "Домашняя"

ПОНАДОБИТСЯ
- 500–700 г домашней лапши; 3 яйца; 1 стак. молока; 200 г сливочного масла; 1 пакетик ванильного сахара; сахар

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лапшу отварить в подсоленной воде до полуготовности, промыть, остудить, добавить 180 г масла, перемешать.
2. Взбить 2 яйца с молоком, добавить ванильный сахар, взбить.
3. Ввести взбитые яйца в остывшую лапшу, хорошо перемешать.
4. Форму застелить пергаментной бумагой, смазать оставшимся сливочным маслом, аккуратно выложить смесь, разровнять.
5. Хорошо взбить оставшееся яйцо, смазать им верх бабки.
6. Запекать в духовке 20–30 мин при 170 °C.
7. Готовую бабку немного остудить, посыпать сахаром по вкусу.

Яблоки, фаршированные рисом



Валентина Косяк, г. Жмеринка. **Моя супербабуля любит нас угощать всякими вкусностями.**

ПОНАДОБИТСЯ
- 8–9 яблок; 1 стак. вареного риса; 0,5 стак. измельченных грецких орехов; 0,5 стак. распаренного изюма; 2 ст. л. варенья

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Вынуть сердцевину из яблок.
2. Соединить рис, орехи, изюм, варенье, перемешать.
3. Заполнить яблоки полученной начинкой.
4. Запечь в духовке при 200 °C в течение 25–35 мин.

Гребінчики

Оксана Павлівна Бойчук, м. Луцьк. **На фото моя мама — Параскевія Григорівна Заяць з онуками. Багато страв я готую за її рецептами. Один з них пропоную вам.**



ПОТРІБНО
- 16 ст. л. борошна
- 8 ст. л. сметани
- 400 г маргарину
- густе варення
- цукор для посипки гребінців

ПРИГОТУВАННЯ

1. Борошно просіяти через сито, ножем посікти з маргарином, додати сметану, перемішати, замісити тісто. Поставити на 20–30 хв в холодне місце.
2. На посипаній борошном дошці розкатати тісто товщиною 3–5 мм, вирізати стаканом кружечки.
3. По центру кожного кружечка викласти варення. Край защіпити, притиснути виделкою, придати форму гребінця.
4. Кожен гребінець посипати цукром.
5. Випікати в попередньо розігрітій духовці при 170 °C 20–25 хв.

Детки это любят



В семье, где есть маленький ребенок, всегда хочется удивить кроху интересненьким.

Виктория Мамбаева, г. Запорожье

Ужин на грибной поляне

ПОНАДОБИТСЯ

- 4 картофелины
- 2 помидора
- 4 ст. л. сливочн. масла
- 3 ст. л. раст. масла
- 8 яиц
- 100 г сметаны
- 1 ст. л. муки
- 0,5 стак. молока
- 2 луковицы
- панировочн. сухари
- зеленый лук
- соль, зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Очистить картофель, вырезать форму грибной ножки. Обрезки и ножки отварить в подсоленной воде.

2. Отварить 7 яиц. Слегка обжарить муку в сливочном масле, добавить молоко, довести до кипения. Снять с огня. Всыпать мелко нарезанные лук и 4 вареных яйца. Влить взбитое сырое яйцо, помешивая, довести до кипения. Остудить.

3. Охлажденный готовый картофель поставить утолщенным концом на середину тарелки, помидоры разрезать пополам, вырезать ножом серединку, формуя шляпку гриба. Надеть шляпки на картофельные ножки. Выдавить на шляпки сметанные точки.

4. Оставшиеся мелко нарезанные 3 яйца соединить с нарезанным зеленым луком и сметаной. Готовые грибочки обложить полученной смесью, формуя полянку.

5. Оставшиеся тонкие обрезки картофеля обжарить в раст. масле до золотистой корочки. Готовые картофельные лепестки выложить с одной стороны полянки.

6. Из остывших обжаренных яиц сформовать котлетки, обвалять в панировке и жарить на растительном масле.

7. Готовые яичные котлетки выложить по другую сторону полянки. Готовое блюдо украсить зеленью.

Золотая рыбка

Диана Долгих, г. Херсон. **Только недавно открыла для себя ваш журнал. Очень много интересных блюд взяла для себя и решила поделиться своим рецептом.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 1 банка рыбных консервов; 0,5 кг готового слоеного теста; соль; 2 луковицы; раст. масло; 1 яйцо

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук нарезать, обжарить на раст масле. Консервы размять вилкой.

2. Тесто раскатать, вырезать форму рыбы. Выложить на тесто консервы и лук.

3. Рюмкой вырезать из теста маленькие кружочки (чешуя) и треугольник (голова). На основу с фаршем прикрепить треугольник, скрепить по бокам, чешуйки выложить внахлест друг на друга, смазать взбитым яйцом, запекать при 220 °С 20 мин.

Пишите нам!

Умеешь украшать блюда? Тогда присылай письмо с фото и купон со с. 66. За публикацию приз от редакции – 50 грн.



Время приготовления: 2 ч 30 мин
Количество порций: 6–8

Фото: Л. Дышлюк

Светлана Дудник, г. Киев. **В журнале я встречала рецепт "Пражского" торта, но у меня он немного другой.**

Торт "Пражский"

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:

- 1 банка сгущенки
- 2 яйца
- 1 стак. муки
- 1 ч. л. соды, гашеной уксусом
- 3 ст. л. какао

Для крема:

- 0,5 стак. молока
- 1 яйцо
- 1 ст. л. муки
- 100 г сливочного масла
- 0,5 стак. сахара
- 1,5 ст. л. какао

Для украшения:

- 50 г шоколада

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить тесто. Соединить сгущенное молоко, яйца, муку, какао и соду, хорошо размешать. Тесто должно получиться как густая сметана.

2. Поделить тесто на 2 части,вылить по отдельности в смазанную маслом форму и выпечь при 180 °С 2 коржа. Коржи остудить.

3. Крем. Сначала приготовить первую часть крема. Для этого тщательно смешать яйцо и молоко, добавить муку, размешать до однородности. Поставить на огонь и, помешивая, нагревать массу до загустения. Остудить.

4. Затем приготовить вторую часть крема. Размягченное масло, сахар и какао соединить, перемешать и слегка взбить.

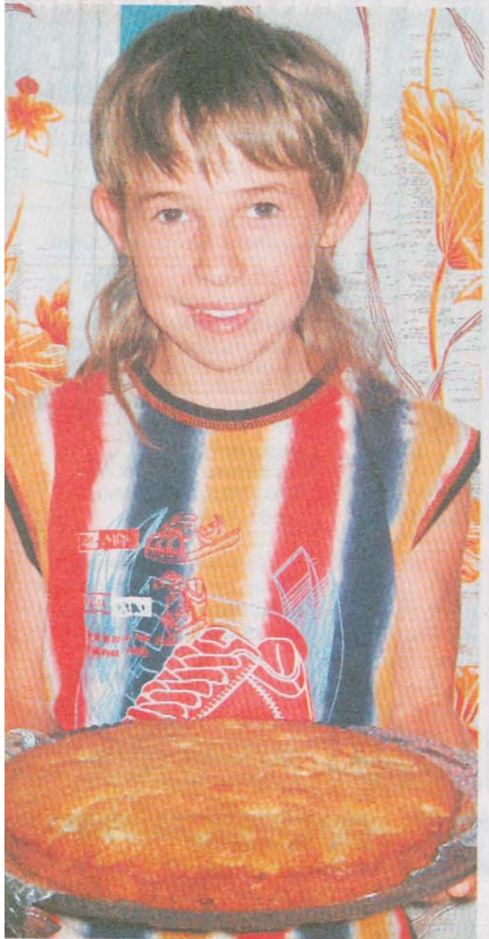
5. Соединить первую и вторую части крема, хорошо взбить.

6. Смазать кремом первый корж, накрыть вторым. Смазать кремом верх и бока торта.

7. Сверху торт украсить тертым шоколадом.

Лариса Кавун советует

- **Вместо соды можно использовать готовый разрыхлитель.**
- **В крем для промазывания 1-го коржа добавьте измельченные орехи, изюм — будет вкуснее.**



Обожаю сладкое

На фото – мой двоюродный братик, которому я испекла этот пирог на день рождения.

Екатерина Гриценко, г. Кременчуг, Полтавская обл.

Пирог "Фруктовая сказка"

ПОНАДОБИТСЯ

- 200 г маргарина
- 2 стак. сахара
- 4 яйца
- 4 очищенных нарезанных яблока
- 1 стак. измельченных орехов
- 4 стак. муки
- 1 ч. л. соды
- корица
- 2 ст. л. меда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Маргарин растереть с сахаром, вбить яйца, размешать.

2. В полученную смесь всыпать орехи и яблоки, посыпать корицей, добавить мед, хорошо перемешать.

3. Просеять муку, добавить соду, всыпать во фруктовую массу. Хорошо перемешать.

4. Форму покрыть фольгой, поставить в духовку разогреваться. Температура должна быть 180 °С.

5. Когда духовка нагреется, вынуть форму, вылить в нее тесто. Выпекать пирог в течение 50–60 мин.

Лариса Кавун советует

● Чтобы тесто хорошо поднялось при выпекании, соду лучше смешать с 1/2 ч. л. лимонной кислоты или воспользоваться специальным разрыхлителем для теста.

КОНКУРС!



Тебе нравится готовить и угощать взрослых? Есть любимый рецепт? Пришли его вместе с фото. Заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 50 грн.



Катя Головчук, 13 лет, г. Николаев. Предлагаю вам попробовать мой пирог.

Пирог "Коровка"

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 200 г маргарина; 1 яйцо; 150 г сахара; 350 г муки; 50 г какао; 1 пакетик (10 г) разрыхлителя

● **Для начинки:** 500 г творога; 2 яйца; 50 г сливочн. масла; 2 ст. л. манки; щепотка ванилина; 150 г сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить тесто. Маргарин растереть с мукой, добавить остальные ингредиенты (кроме какао). Замесить. Отделить небольшой кусочек теста, соединить его с какао (для пятнышек).

2. Тесто выложить в смазанную жиром форму для выпекания.

3. Приготовить начинку. Соединить все ингредиенты, выложить на тесто, сверху из теста с какао положить пятнышки.

4. Выпекать 60 мин при 175 °С в заранее разогретой духовке.

Прибалтийские конвертики

Инна Кушнирова, г. Житомир



ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 кг слоеного теста; 2–3 вареных яйца; 1 сырое яйцо; 1 банка шпротов в масле; 1 луковица; соль, специи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тесто раскатать, нарезать маленькими квадратиками.

2. Положить в угол каждого квадратика по ломтику лука, вареного яйца, по 1 шпротинке.

3. Соединить противоположные концы квадрата. Смазать взбитым яйцом.

4. Запечь в духовке при 160 °С в течение 15–20 мин.

Торт "Изобилие"

Игорь Баранов, с. Скворцово, АР Крым



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 кг слоеного теста; 800 мл молока; 4 желтка; 8 ст. л. муки; 200 г сахара; 100 г сливочного масла; 2 г ванилина; 300 г грецких орехов; 0,5 л вареного сгущенного молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Разделить тесто на 8 равных частей, слегка раскатать. Выпечь коржи при 200 °С 10–20 мин.

2. Приготовить крем. Растереть желтки с сахаром, небольшими порциями добавить муку. Влить молоко, тщательно перемешать. Варить до загустения на медленном огне, постоянно помешивая. В слегка остывший крем добавить масло и ванилин, перемешать.

3. Коржи разрезать пополам, смазать кремом, сложить друг на друга. Верх торта смазать сгущенным молоком, украсить торт орехами с крошкой, оставшейся от коржей.



Класс!

Очень люблю готовить.

Галина Ильченко, Харьковская обл.

Трехэтажный торт

ПОНАДОБИТСЯ

● **Торт 1. Для крема:** 1 л молока; 2 стак. сахара; 400 г масла; 1 банка сгущ. молока; 9 ст. л. муки; ванилин. **Для теста:** 4 яйца; 1,5 стак. кефира; 2 стак. сахара; 200 г маргарина; 1 ч. л. соды, гашенной уксусом; 1 ч. л. соли; лимонная кислота на кончике ножа; 8 стак. муки

● **Торт 2. Для крема:** 100 г масла; 0,5 банки сгущ. молока; 1 банан. **Для теста:** 9 яиц; 1,5 стак. сахара; 2 стак. муки; 1 ст. л. какао

● **Торт 3. Для крема:** 0,5 л сметаны; 1 стак. сахара; щепотка лимонной кислоты. **Для теста:** 1 яйцо; 4 ст. л. сахара; 2 ст. л. меда; 2 ст. л. молока; 50 г сливочн. масла; 1 ч. л. соды; 2 стак. муки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. **Торт 1. Тесто.** Все ингредиенты соединить, замесить, разделить на 8 частей. Выпечь коржи в духовке в течение 3–5 мин.
2. **Торт 1. Крем.** В кипящем молоке развести сахар с мукой, варить до загустения, помешивая. Остудить. Добавить ванилин, сгущенное молоко. Взбить. Коржи смазать кремом, сложить друг на друга.
3. **Торт 2. Тесто.** Яйца взбить с сахаром, добавить муку, разделить на 2 части, в одну добавить какао. Выпекать 2 коржа в течение 10–15 мин.
4. **Торт 2. Крем.** Соединить и перемешать все ингредиенты. Коржи смазать кремом, сложить друг на друга.
5. **Торт 3. Тесто.** Яйца с сахаром взбить, добавить мед, молоко и размягченное масло, растереть, добавить соду и муку. Замесить. Разделить на 5 частей, раскатать, выпечь коржи.
6. **Торт 3. Крем.** Соединить все ингредиенты. Перемешать. Смазать коржи кремом, сложить друг на друга.

КОНКУРС!



Знаешь интересные рецепты красивых тортов? Тогда присылай их нам в редакцию вместе с фото и заполненным купоном со с. 66. За публикацию получишь приз — 50 грн.



Анна Мироненко, г. Глухов, Сумская обл. **Из этого теста можно сделать и вкусный кекс, и прекрасные пирожные.**

Кекс-трансформер

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 яйца; 1 стак. сахара; щепотка соли; 3–4 ст. л. меда; 1 ч. л. рома; 1 стак. сметаны; 100 г маргарина; 2–2,5 стак. муки; 1 ч. л. соды; 1 ч. л. молотой корицы; 0,5 ч. л. молотой гвоздики; сахарная пудра для посыпки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отделить белки от желтков. Взбить желтки с сахаром. Соединить белки и желтки с сахаром. Влить мед, ром, сметану, добавить соль, натертый на терке маргарин. Перемешать.
2. Отдельно муку соединить с содой, специями. Эту смесь ввести в ранее приготовленную жидкую массу. Перемешать.
3. Тесто выложить в смазанные жиром формочки до половины. Выпекать при 170 °С 25–35 мин.
4. Готовые кексы посыпать сахарной пудрой.

Шарлотка с персиками

Марина Позднякова, г. Николаев



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 яблока; 3 персика; 1 стак. сахара; 1 стак. муки; 4 яйца; сливочн. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яблоки и персики очистить от кожицы, нарезать ломтиками.
2. Форму смазать маслом, разложить фрукты на дне.
3. **Приготовить бисквит.** Желтки отделить от белков. Желтки растереть с сахаром, белки взбить в пену. Соединить, постепенно добавляя муку.
4. Вылить тесто поверх фруктов.
5. Выпекать в разогретой до 220 °С духовке в течение 50 мин.

Пирог с маковой начинкой

Ирина Воронова, г. Харьков



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 0,5 кг муки; 100 г сливочн. масла; 5 желтков; 1 стак. сметаны; 50 г дрожжей; 100 г сахара

● **Для начинки:** 0,5 кг мака; 200 г сахара; 150 г сливочн. масла; 3 яйца; 50 г измельченных орехов; корица; 200 г изюма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Дрожжи посыпать 1 ч. л. сахара, растереть. Положить их в посуду с мукой, добавить растопленное масло, растертые с сахаром желтки, сметану, замесить тесто. Поставить в теплое место на 1 ч.
2. Приготовить начинку. Мак запарить, растереть, добавить растертые с сахаром желтки, масло. Вымесить с белковой пеной, распаренным изюмом, орехами, корицей.
3. Раскатать 2/3 теста, выложить на смазанный лист, выложить начинку. Из оставшегося теста скатать жгутики, выложить их густой решеткой на пирог.
4. Выпекать при 220 °С 45–50 мин.

Торт "Черепаха"

Ольга Мосейчук, г. Миргород, Полтавская обл. **Хочу предложить рецепт тортика – он получается очень нежный и вкусный.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 6 яиц; 2 стак. сахара; 2,5 стак. муки; 1 ч. л. соды, гашенной уксусом
- **Для крема:** 3 стак. сметаны; 1 стак. сахара; 3 ст. л. какао; 250 г масла
- 0,5 плитки шоколада

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Взбить яйца с сахаром, добавить муку, соду, взбить.
2. Выложить тесто чайной ложечкой на смазанный противень, испечь маленькие лепешки.
3. **Приготовить крем.** Все ингредиенты взбить миксером.
4. Обмакнуть лепешки в крем, выложить в форме черепахи.
5. Сверху украсить тертым шоколадом, сделать черепахе когти и глазки из шоколадных кусочков.



Ольга Мосейчук, г. Миргород, Полтавская обл. **Я пишу вам первый раз, хочу предложить рецепт простого кекса.**

Кекс "Простой"

ПОНАДОБИТСЯ

- 2 яйца
- 1 стак. кефира или сметаны
- 0,5 пачки маргарина
- 1 стак. сахара
- 1 ч. л. соды
- 2–3 стак. муки
- изюм
- мак
- сахарная пудра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца взбить с сахаром, добавить кефир, растопленный маргарин, соду, муку, мак, изюм.
2. Вылить тесто в смазанную жиром форму.
3. Выпекать в духовке при 180 °C в течение 25–35 мин. Готовый кекс посыпать сахарной пудрой.

Стопочки

Татьяна Присяжнюк, пгт Ульяновка, Сумская обл.



ПОНАДОБИТСЯ

- 250 г масла; 2 яйца; 1 стак. сахара; 0,5 ч. л. соды; мука; 1 банка сгущ. молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Взбить яйца с сахаром, добавить соду, растопленное масло, перемешать. Затем всыпать просеянную муку, тщательно вымесить. Тесто охладить в холодильнике.
2. На посыпанный мукой противень натереть тесто, выпекать 25–30 мин при 170–180 °C.
3. Соединить тесто со сгущенным молоком, перемешать.
4. Небольшую стопку смочить в воде, наложить в нее массу, затем перевернуть на блюдо.

Вот так пряник!



Здравствуйте! Хочу предложить вам рецепт вкусных пряников.

Понадобится: 4 яйца; 100 г масла; 3–3,5 стак. муки; 1 стак. сахара; 3 ч. л. какао; 1 ст. л. меда; 1 ч. л. соды; 1 плитка шоколада.

Приготовление: муку соединить с содой. Добавить ее к растертым яйцам с сахаром, какао и маслом.

Из полученного теста сформировать небольшие пряники.

Выпекать приблизительно в течение 20 минут в предварительно разогретой духовке.

Готовые изделия смазать белковой глазурью и полить растопленным шоколадом.

Руслана Ландарь, г. Полтава



Виктория Писаная, пгт Владимировка, Донецкая обл.

Полосатые пирожные

ПОНАДОБИТСЯ

- 4 яйца; 2 стак. сахара; 200 г сливочного масла; 250 г сметаны; 2 стак. муки; ванилин; 0,5 ч. л.соды; 1 ч. л. уксуса; 1 ст. л какао
- **Для глазури:** 3 ст. л. сметаны; 1,5 ст. л. сахара; грецкие орехи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца взбить с сахаром, масло растопить, остудить. Добавить к яйцам с сахаром растопленное масло, сметану, ванилин, соду, гашеную уксусом, всыпать муку. Все хорошо взбить. Готовое тесто разделить на 2 части, в одну часть добавить какао.
2. Противень выстелить бумагой, смазать маслом и выложить ложкой тесто, чередуя темное со светлым. Второй слой формируется так: где было светлое тесто – налить темное и наоборот.
3. **Приготовить глазурь.** Взбить сметану с сахаром.
4. Выпекать в духовке 40 мин при 180 °C.
5. Готовый корж остудить, разрезать на квадраты, смазать глазурью, посыпать измельченными грецкими орехами.

Печиво від Келсі

Надія Корінь, м. Корюківка, Чернігівська обл. **Це печиво готувати мене навчила подруга з Америки.**



ПОТРІБНО

- 200 г масла; 1,5 скл. цукру; 2 яйця; 3–3,5 скл. борошна; 1 ч. л. соди; 1 ч. л. розпушувача для тіста; 1/4 ч. л. солі; 1–2 ч. л. кориці; 4 ч. л. цукру

ПРИГОТУВАННЯ

1. Ретельно змішати масло і цукор, додати яйце, добре вимісити.
2. У окремій посудині змішати борошно, сіль, соду і розпушувач для тіста.
3. Повільно додати першу суміш до другої.
4. На 20 хв покласти тісто до холодильника.
5. Із тіста зробити маленькі кульки.
6. Вмокнути кульки в суміш кориці та цукру і викласти на змащене олією деко.
7. Випікати печиво у попередньо розігрітій духовці при 170–180 °C до коричневого кольору.

Хранение продуктов

Вкусовые качества блюд во многом зависят от свежести и качества продуктов. У нас нет возможности часто покупать свежие продукты, многие из них приходится хранить длительное время. Хранение отдельных видов продуктов имеет свои особенности.

Укроп и петрушку тщательно высушить на солнце, мелко истолочь и хранить в закрытых стеклянных банках в прохладном месте.

Чеснок опустите на несколько секунд в расплавленный парафин, дайте обсохнуть, затем сложите в капроновый чулок и подвесьте в сухом месте.

Лук лучше всего сохраняется в венках.

Мясо останется свежим 4–5 дней, если, обсушив, положить его в кастрюлю (эмалированную), залить простоквашей, сверху накрыть тарелкой, придавить грузом и поставить в прохладное место.

Груши уложите в ящики, пересыпав сухим речным песком, чтобы они не касались при этом друг друга. Когда тара наполнится, закройте ее плотнее и поставьте в сухое прохладное место.

Растительное масло. Дайте ему перед длительным хранением отстояться, слейте в другую посуду, добавьте на каждый литр по 1 ч. л. соли и мелко раздробленному зерну фасоли. Поставьте в темное прохладное место.

Лимоны надолго сохранятся свежими, если держать их в большой банке с водой и менять воду ежедневно

Владимир Дашевский, пгт Новые Санжары, Полтавская обл

Как варят рис на Востоке

Для того чтобы сварить кашу по восточному рецепту, нужно взять следующее точное соотношение продуктов: 1 стак. риса, 1,5 стак. воды. Необходимо взять плотную крышку, накрыть кастрюлю и варить в течение ровно 12 мин! Огонь при этом должен быть 3 мин сильным, 7 мин умеренным, 2 мин слабым. Каша сварилась, но не спешите сразу снимать крышку! Оставьте кашу в закрытой посуде ровно столько минут, сколько она готовилась.

Затем положите на кашу кусочек сливочного масла и чуть-чуть посолите. Потом размешайте кашу как можно равномернее, так, чтобы в ней не было комков.

Каша готова!

Татьяна Шевченко, г. Мариуполь, Донецкая обл.

Готовим картофель

Картофель будет вкуснее, если в посуду с ним во время варки добавить луковицу, 1–2 зубчика чеснока и лавровый лист.

При жарке картофеля в небольшом количестве жира разрушается 20–25 % витамина С, а при жарке во фритюре витамин С сохраняется почти полностью.

Картофель, предназначенный для жарки во фритюре, моют и тщательно обсушивают, так как вода понижает температуру жира и, кроме того, вызывает сильное вспенивание масла.

Тушеный картофель будет вкуснее, если его предварительно обжарить до румяной корочки.

При приготовлении картофельного пюре лучше использовать горячее молоко. Если взять холодное, пюре приобретет серый оттенок.

Картофель нужно варить на умеренном огне, иначе снаружи он разварится, а внутри останется сырым.

Наталия Волкова, г. Севастополь

Пишите нам!

Присылай к нам в редакцию свои кулинарные секреты! За публикацию на страницах нашего журнала получишь приз — 50 грн. Смотри купон на с. 66.

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:



Курочка для любимых

В рубрике "Мужчины на кухне" вы найдете рецепт от Юрия Артюшенко из Алчевска. Это блюдо сможет приготовить каждый. Рецепт несложный и доступный. Порадуйте своих любимых курочкой с нежной корочкой.



Салат "Остренький"

Из картофеля, мяса, яиц и морковки по-корейски можно сделать настоящее чудо с замечательным вкусом!



"Гнезда кукушки"

Вы хотели бы узнать, как готовится это блюдо? В нашем следующем выпуске рецептом поделится Лидия Борисенко. Настоящий кулинарный шедевр!

Торт "Шарм"

Наша читательница Анна Козлова из Кировограда расскажет, как приготовить торт к празднику. Легкий, нежный, воздушный – вот достоинства этого необычайно вкусного торта. Вкус – просто потрясающий!



Декабрьский номер "Люблю готовить!" поступит в продажу 17 ноября.

Наши победители (ноябрь)

Антонова А., г. Николаев, с. 29; **Астафьева А.**, Луганская обл., с. 23; **Баранов И.**, АР Крым, с. 53; **Бойчук О.**, г. Луцк, с. 49; **Бондарева С.**, г. Ясиноватая, с. 28; **Бондарева Ю.**, г. Артемовск, с. 15; **Бурма В.**, г. Прилуки, с. 36; **Веретенникова В.**, г. Киев, с. 26; **Власова Е.**, г. Светлодарск, с. 16; **Волкова Н.**, г. Севастополь, с. 38, с. 62; **Воробьева А.**, г. Бердянск, с. 6; **Воронова И.**, г. Харьков, с. 55, 60; **Ганченко Л.**, Одесская обл., с. 49; **Гимельфарб В.**, г. Орск, с. 45; **Гладий А.**, г. Ивано-Франковск, с. 17, 32; **Головчук К.**, г. Николаев, с. 53; **Гречанюк Н.**, Черновицкая обл., с. 46; **Гриценко Е.**, г. Кременчуг, с. 52; **Гудилова О.**, АР Крым, с. 46; **Дашевская Е.**, Луганская обл., с. 13; **Дашевский В.**, Полтавская обл., сс. 60, 62; **Долгих Д.**, г. Херсон, с. 50; **Дудник С.**, г. Киев, с. 58; **Емельянова О.**, Николаевская обл., с. 12; **Ефименко И.**, г. Харьков, с. 29; **Ефименко С.**, г. Переяслав-Хмельницкий, с. 34; **Запасная Н.**, г. Луганск, с. 48; **Иванова Е.**, по e-mail, с. 13; **Ильченко Г.**, Харьковская обл., с. 54; **Корень Н.**, Черниговская обл., с. 57; **Косяк В.**, г. Жмеринка, с. 49; **Кудель В.**, г. Севастополь, с. 59; **Кушнирова И.**, г. Житомир, с. 53; **Ландарь Р.**, г. Полтава, с. 57; **Мамбаева В.**, г. Запорожье, с. 50; **Мартынюк Т.**, г. Коломыя, с. 5; **Матвиенко Е.**, г. Киев, с. 30; **Микульская Л.**, Кировоградская обл, с. 8; **Мироненко А.**, г. Глухов, с. 55; **Мосейчук О.**, г. Миргород, с. 56; **Мурова Л.**, Воронежская обл., с. 44; **Назаренко Л.**, г. Полтава, с. 14; **Недбайло С.**, г. Днепродзержинск, с. 35, 36; **Онучина Ю.**, г. Полтава, сс. 18, 25, 45; **Орендович Н.**, Хмельницкая обл., с. 39; **Осьмеркина Р.**, г. Днепропетровск, с. 36; **Пархоменко А.**, г. Вышгород, с. 14; **Пахомова Л.**, Днепропетровская обл., с. 30; **Писаная В.**, Донецкая обл., с. 57; **Позднякова М.**, г. Николаев, с. 55; **Поливач Е.**, г. Киев, сс. 6, 24; **Поплавская Н.**, г. Кривой Рог, с. 42; **Присяжнюк Т.**, Сумская обл., с. 56; **Пятакова О.**, г. Николаев, с. 23; **Рабочая Л.**, г. Николаев, с. 26; **Радченко М.**, г. Днепропетровск, с. 24; **Романченко Ю.**, г. Киев, с. 60; **Савченко Т.**, г. Донецк, с. 4, 13; **Садкова Н.**, г. Симферополь, с. 5; **Симонова О.**, г. Котовск, с. 24; **Сладковская Т.**, г. Ровно, с. 35; **Соломка Н.**, г. Черкассы, с. 6; **Сухомлинская Т.**, г. Киев, с. 23; **Тарасюк А.**, г. Бердичев, с. 22; **Терновая Л.**, по e-mail, с. 14; **Тесличко Е.**, г. Хуст, с. 29; **Тулба З.**, г. Кривой Рог, с. 26; **Хадашева З.**, г. Грозный, с. 45; **Хачко Т.**, г. Киев, с. 5; **Царик О.**, г. Днепропетровск, с. 33; **Чекой Н.**, г. Северодонецк, с. 9; **Шевченко Т.**, г. Мариуполь, с. 62; **Янковецкая Ю.**, г. Чернигов, с. 35